洛　桑　新　生　手　册

（2015 年 7 月）

洛桑中国学生学者联谊会

目录

前言 3

2011 年版前言 3

常用名词 4

一、 临行篇 5

1. 文件准备 5

2. 与学校的沟通 5

3. 行李准备 5

二、 落地篇 6

1. 机场 6

2. 申请居留卡 7

3. 银行开户 9

4. 手机通讯 9

5. 保险 10

6. 使馆教育处注册 11

7. 洛桑学联 11

三、 生活篇 11

1. 住房 11

2. 购物 14

3. 邮局 16

4. 餐饮 16

5. 医疗 17

四、 出行篇 18

1. 洛桑及沃州公共交通 18

2. 洛桑出租车 19

3. 瑞士联邦铁路 20

4. 从瑞士出发旅行 21

附件一：日内瓦机场图鉴 ....另附

前言

亲爱的同学们、朋友们：

大家好！如今，越来越多的中国学生学者来到瑞士、来到洛桑。同时，洛桑城市建设的脚步也越来越快，日新月异的发展给我们带来了更大的机遇。藉于此，我们决定于 2014~2015 学年春季学期修订新生手册，以飨广大新生。

很多同学都是首次出国留学，甚至是首次离开家乡。因此，对于大家的各种迷茫，甚至在下飞机后的突然恐惧，我们都十分理解；不仅如此，我们还佩服并赞赏你们选择到国外深造的勇气。你们在洛桑的学长学姐，包括本手册的编者，都是从这样的迷茫中走过来的。故而，新生手册首先应当定位为生存指南，而不是百科全书。如果能帮助大家尽量消除恐惧，渡过最艰难的第一天、第一个星期、第一个月，那么我们编写手册的目的也达到了一半。

2015 年版的策划人是：叶敏，修订者是：钟诚、童立雪、廖勋、韩达新。新生手册的修订没有完成时，只有进行时。我们知道一定有许多新生、老生有更多的经验与大家分享，愿意加入修订团队。我们也知道，各位读者，特别是处女座的读者，会有不少宝贵的意见建议。为此，热忱期待你随时与修订负责人钟诚联系（zhong.cheng@outlook.com），我们也将随时做出更新。

洛桑学联

2015 年 7 月

2011 年版前言

大家好，

欢迎大家来洛桑学习和生活，并加入洛桑中国学生学者联谊会（Lausanne，Chinese Student and Scholar Association）这个大家庭。洛桑学联是瑞士第一批成立的中国学生学者联谊会之一，具有悠久的历史和良好的传统。有史以来洛桑就是个团结互助的大家庭。

洛桑是瑞士第五大城市，隶属沃省（Canton de Vaud），坐落瑞士西南部，位于瑞士西南中心日内瓦东北约 50 公里、首都伯尔尼西南约 80 公里处。与法国（“矿泉水小城”依云 Evian）隔日内瓦湖相望。洛桑是奥运集结地，是许多著名国际组织例如国际奥委会等的总部所在地。洛桑气候比较温和，春秋长，冬夏短，10~20 度所占的比例比较大。

在洛桑的中国留学生学者主要分布在以下几所学校及其相关部门：洛桑联邦理工学院（EPFL, École Polytechnique Fédérale de Lausanne）；洛桑大学（UNIL, Université de Lausanne）；洛桑酒店管理学院（EHL, École Hôtelière Lausanne）；洛桑公共管理高等学院（IDHEAP, Institut de Hautes Études en Administration Publique, Lausanne）；洛桑音乐学院（Haute École de Musique - Conservatoire de Lausanne）；洛桑州立艺术学院（ECAL, École Cantonale d'art de Lausanne）；沃

州应用艺术学院（Haute École d'arts Appliqués du Canton de Vaud, Lausanne）。其中以 EPFL、UNIL 和 EHL 的规模最大、留学人员最多。我们这个手册就是以这三所学校的本科、硕士学生的学习和生活为基础来编写的，同时会加入一小部分其他学校的常用信息。

编写这本小册子里的材料，是洛桑前辈们自己这些年在这里学习，生活经验的总结，希望对初到这里学习生活的人有所帮助。这本手册的编写我们要感谢教育处各位老师及洛桑学联的新老成员及热心同胞们：郑楠，王宇恒，张澜方也，张乾兵，张润伟，张煜，景立夫，张诗宜，郑璐，李葳，徐泽林，张罗鸣，张宇，宋红兵，魏林，杨峰，蒲立，许浒，张晓航，柏艺铭，崔鹏，王阳（以上编委排名不分先后）。

对于各章节的说明如下：

●临行篇介绍临行前的准备

●落地篇介绍到达后所应做的事情

●宏图篇介绍学校的学习和运动情况

●生活篇介绍洛桑业余生活所需信息

●出行篇介绍洛桑及瑞士出行基本信息

新生实用手册 2011 版是我们洛桑新生信息手册的第一版，编写时间紧促，请大家指证。同时也希望更多的人可以加入到我们的组织里来，使我们以后的工作更加完善（更新、更正信息，请以“更新新生手册”为题目发邮件至 cssa.lausanne@gmail.com，学联信息员会及时处理，谢谢）。

手册的内容只能简要地介绍洛桑的学习和生活，具体还要大家自己体会。祝大家展翅高飞，早日实现自己的梦想！

洛桑学联

2011 年 10 月

常用名词

法语（括号内为英语）	汉语	缩写
Suisse (Switzerland)	瑞士	CH
Canton de Vaud (Canton of Vaud)	沃州	VD
Lausanne	洛桑	
École Polytechnique Fédérale de Lausanne	洛桑联邦理工大学	EPFL
Université de Lausanne	洛桑大学	UNIL
École Hôtelière Lausanne	洛桑酒店管理学院	EHL
Contrôle des habitants / Office de la population	居民办公室	
Offices des poursuites	债务办公室	

Canton	州	
Commune	社区	
Titre de séjour (Residence permit)	居留卡	
Attestation de domicile / résidence	居住证明	
Chemins de fer fédéraux suisses	瑞士联邦铁路	SBB

一、 临行篇

1. 文件准备

护照是最重要的证件。在首次前往瑞士前，应当确认所携带的护照上，贴有有效的瑞士学生签证。即使持有其它申根国家的签证或居留卡，也必须在来瑞士之前，办妥瑞士学生签证。

其它必需的文件有：出生证明（即公证处开具的出生公证，含英语或法语翻译）、录取通知书，以及录取通知书中所有提及的必需文件。

其它可选的文件有：存款证明。

2. 与学校的沟通

从收到录取通知书到来瑞之前，应当保持与学校的联系，定期查阅学校网站、检查学校邮箱，以便掌握最新动态。

对于博士生和其他有收入的学生学者，在来瑞士之前请与院系、实验室秘书协调是否要学校安排住房。如果院系、实验室有条件帮助安排住房，建议接受学校的安排，因为在洛桑自行寻找住房非常困难。

对于硕士生、本科生，学校一般不负责安排住房，关于寻找住房的方式请参阅第三章第 1 节。

3. 行李准备

以下是建议首次来瑞士时携带的行李，请根据自身需要及行李限重斟酌。

- **厨具：**这里的厨用刀具都是窄窄的，普通超市没有中国的大菜刀，因此可自行携带。当然，也可以在日内瓦购买德国产的双立人（Zwilling），一把的价格在 40 法郎以上。对于喜欢吃面食的同学，可以携带中间粗两头细的木质擀面杖，在瑞士只能买到粗细均匀的擀面杖，在擀饺子皮时就非常不方便。
- **少量瑞士法郎现金：**从机场到洛桑的火车、公交车或出租车的票款。作为参考：日内瓦机场至洛桑的火车票全价为 27 法郎，苏黎世机场至洛桑的火车票全价为 77 法郎，洛桑火车站至 EHL 的出租车费用约为 45 法郎。

- **少量食物**：以便在下飞机后的前几天，在还不熟悉洛桑的超市，或周日超市不营业的情况下充饥。
- **转换插头**：中国与瑞士的插头规格不同，因此可携带瑞士标的转换插头，或万能转换插头。
- **电饭锅**：中国人还是喜欢吃米饭的，有个电饭锅很方便。当然，也可以在瑞士购买电饭锅。
- **药品**：根据自身情况，携带少量的常备药品。
- **中式调料**：只推荐携带各种火锅底料，其它主要调料在当地都可以买到。
- **云南白药牙膏**：部分同学在使用瑞士的牙膏刷牙时，会发现牙龈出血，云南白药的牙膏在治疗和预防牙龈出血方面很有效。瑞士的牙医很贵，而且普通的医疗保险中并不覆盖。
- **床单**：在瑞士没有床单，只有床笠、床罩、被套和枕套。
- **法语语法书**：想学好法语的同学，可以从带去一本中文写的语法书。
- **眼镜**：近视的同学可以多带几幅（2~3 副）眼镜过来备用，或者至少提前测好自己配眼镜所需要的瞳距和度数，因为在瑞士配眼镜的费用相对较高。

■

以下是不建议在首次来瑞士时携带的行李。

- **大桶的洗浴用品**：占分量，且当地的一些超市，如 Lidl、Aldi 的洗发水、沐浴露比中国的还便宜。
- **化妆品和护肤用品**：欧洲的名牌和平价的化妆品很多，相对并不比国内的贵多少。
- **大量食品**：各类食品在当地都有渠道购买，在携带较重的食品之前，建议提前向已在瑞士的同学咨询是否必要，避免出现扛来整包小米的情况。另外，瑞士海关对于从非欧盟国家入境的旅客，禁止携带肉制品等食品。

■

还有一个大家可能关心的问题，要不要携带笔记本电脑。瑞士的电脑产品价格不低，比周围几国要高约 100～200 法郎左右。但是对于学生，新学期开学时通常会有打折销售，价格往往比较合理。

二、 落地篇

1. 机场

前往瑞士的机票可以选择多种渠道查询或购买，如 Ebookers、Skyscanner、去哪儿、酷讯、携程等；亦可在以上平台查询后，通过航空公司官网，或航空公司热线电话购买。

瑞士有三个主要机场，它们是：日内瓦机场、苏黎世机场和巴塞尔机场，其中离洛桑最近的是日内瓦机场。洛桑虽然有机场，但没有定期航班。伯尔尼机场虽然坐落于瑞士的首都，也有定期航班，但它不是瑞士的主要机场，即使是国家领导人对瑞士的访问，也一般在苏黎世机场降落。

建议在购买机票前，查询机场到洛桑的火车班次，特别是夜晚到达的航班。原因是：其一，有可能赶不上最后一班从机场到洛桑的火车；其二，到洛桑以后很可能没有公交车到达住处。查询火车班次的方法是：打开瑞士联邦铁路的网站 http://www.sbb.ch/en/，在 From 处输入 Geneva Airport、Zurich Airp.或 Basel EuroAirport，在 To 处输入 Lausanne，选择出发的日期、时间，然后点击 Search。关于瑞士联邦铁路的更多信息，以及其网站、手机 App 的使用方法，请参阅第四章第 2 节。

(1) 日内瓦机场

设有火车站，每 10~20 分钟就有一班到洛桑的直达火车，最快需时 42 分钟。

首次来瑞士的同学在日内瓦机场降落，可参阅本手册的附件一：日内瓦机场图鉴，它以照片的形式逐一展示在日内瓦机场下飞机后出关、去火车站、购票、查找站台、上车，并最终抵达洛桑火车站的详细步骤。

(2) 苏黎世机场

设有火车站，每小时约有 1~2 班到洛桑的直达火车，最快需时 2 小时 27 分钟；也可在伯尔尼转车，最快需时 2 小时 30 分钟。

(3) 巴塞尔机场

不设火车站，需要先乘坐 50 路公交车到巴塞尔火车站。巴塞尔到洛桑的直达火车较少，每 2 小时一班，需时 2 小时 12 分钟；一般会在伯尔尼转车，最快需时 2 小时 9 分钟。

■

提醒：请在落地后务必保管好护照。如果在到达瑞士后，护照遗失或被盗，请立即报警报失，并联系中国驻瑞士大使馆或领事馆寻求帮助。

2. 申请居留卡

(1) 递交材料

EPFL 和 UNIL 一般不负责帮助新生申请居留卡、办理银行卡、手机卡、保险等，都需要自行办理。而 EHL 会在新生入学时，集体办理部分手续。

居留卡（英语：Residence permit，法语：Titre de séjour）在抵达瑞士 14 天内必须申请，是在瑞士期间的重要身份证件。接受申请的机构是所在社区（Commune）的居民办公室（Contrôle des habitants 或 Office de la population）。

只要在谷歌上搜索所在社区的名称（如地址为 1020 Renens，则所在社区为 Renens），加上 Contrôle des habitants 或 Office de la population 字样，一般就能找到居民办公室的网站。

然后，根据网站上的地址、工作时间和材料列表（每个社区的所需材料不尽相同）前往。如果没有找到材料列表，也可以先携带护照、护照格式照片、学校注册证明、住房合同、出生证明、财产证明（无收入的学生），前往所在社区的居民办公室咨询。如果有缺失的材料，工作人员会向你指出，可在准备齐全后再行申请。

(2) 等待批准

申请材料被居民办公室接收后，可以索取居住证明（Attestation de domicile 或 Attestation de résidence），以便在未收到正式的居留卡的这段时间内，办理银行卡、手机卡、保险时使用。有的社区可以即刻出具，有的社区需要在若干天后才能出具。

申请居留卡有一个环节是生物信息注册。在递交申请材料后，会收到信函，要求申请者前往位于洛桑市中心的信息中心，录入指纹、签名等个人信息。

请注意，在瑞士，“签名”的概念与国内略有不同。签名可以是汉语，也可以是英语，还可以是画圈圈，只要是一个独特的标志即可，不存在类似于“正楷签名”的要求。重要的是，请在所有的场合使用同一个签名，不能在申请居留卡时签英语、办理银行卡时签汉语。

居留卡就像国内的身份证一样，是一张卡。州居民办公室会以联邦移民局和州移民局的名义，通过挂号信函寄到你申请时注册的地址。所以，如果刚到瑞士时暂住某地，一旦搬家，一定要即刻通知居民办公室。

(3) 延期

留学生的居留卡属于 B 类，意味着需要一年延期一次（有时为半年延期一次）。一般在居留卡到期前 3 个月，居民办公室会发信来提醒延期，并列出所需的材料。延期所需的材料一般少于首次申请时的材料，也不需要再次进行生物信息注册。

(4) 申请返签

如果签证已经到期，可还没有收到居留卡，可以无虞地在瑞士合法居留。但是，如果要离开瑞士，无论是乘坐飞机、火车、轮船还是汽车，都必须前往州居民办公室办理返签（法语：Visa de retour，英语：Return visa）。办理返签一般需要携带护照、护照格式照片和约 70 法郎现金。沃州的州居民办公室在 Av. de Beaulieu 19, 1004 Lausanne，即 3 路公交车 St-Roch 站。

沃州的州居民办公室不仅仅接受返签的申请，同时，如在申请或延期居留卡时有任何疑难杂症，或对在瑞士居留的合法性有任何疑问，或对社区居民办公室的任何答复有不同意见，也都可前往咨询。

3. 银行开户

在洛桑，可供选择开户的银行有很多家，主要包括：瑞银（UBS）、瑞信（Credit Suisse）、邮政银行（PostFinance）、沃州银行（BCV）等。没有收入的学生在瑞士也可以申请信用卡。据我们抽样调查，用 UBS 的同学居多；在 UBS 开户时，18 至 30 岁的学生可以申请 UBS Campus，不收年费，在他行的 ATM 上提取瑞士法郎也不收手续费。申请银行卡一般需要携带护照、学生证、居住证明等。申请完成后，银行会把所有的材料邮寄到你的注册地址，其中包括你的银行卡和初始密码。

4. 手机通讯

(1) 当地通讯

瑞士的手机制式为 WCDMA，在中国购买的手机可以直接在瑞士使用。

瑞士的三大移动运营商是 Salt、Swisscom 和 Sunrise，它们同时也是三大手机零售商——因为在瑞士，人们习惯在移动运营商的商店（相当于中国移动的营业厅）里购买手机。大部分 EPFL 和 UNIL 的中国留学生使用的是 Salt，因为它价格较低，但它的信号覆盖率不如 Swisscom。

瑞士的手机分为两种付费方式：预付费和后付费。预付费类似于中国移动的神州行和动感地带，需要先充值、后消费。建议大家落地后先买一张这样的卡，方便前几天的联系。后付费类似于中国移动的全球通，先消费，每月结账一次。一般需要收到居留卡后能签订这样的合约，分为含手机的合约和不含手机（SIM-Only）的合约。在 Salt，不含手机的合约一般会有每月 10 法郎的优惠。

(2) 国际长途

这里的“国际”是相对于瑞士国内。与瑞士以外的其它国家（如中国）通讯，除了通过网络电话，还可以购买 Mucho、Lyca、Lebara、Yallo 等通讯公司的 SIM 卡，它们借用 Salt、Swisscom 或 Sunrise 的手机网络，但往往国际电话的资费非常之低。这些通讯公司一般不设实体商店，可以在它们的网站上找到 SIM 卡的购买方法，一般是通过邮局、便利店代售或直接邮购。

(3) 国际漫游

当你离开瑞士，前往法国、德国等地旅游时，会被 Salt 或其它运营商的国际漫游资费震惊。此时，建议选择中国移动或其它中国的移动运营商的 SIM 卡，其资费往往比 Salt 等运营商低一个数量级。

5. 保险

(1) 医疗和事故保险

瑞士政府规定每个在瑞士居留的个人都必须购买医疗和事故保险。在注册申请居留卡后，相关政府机构会写信给你，请你发给他们已经购买保险的证明。如果未能及时购买，将会收到催促和警告的信函。当然，你也可以在国外上保险，详见 http://sae.epfl.ch/insurance-exemption。

EPFL、UNIL 的学生可以校内学生服务中心负责办理保险的办公室，位于 EPFL 的 BP 楼，进行保险业务的咨询，联系人为 Zina Mizzon 女士（邮箱：z.mizzon@gestunion.ch，电话：0783206800），大家可以与她预约咨询时间。EPFL 的学生关于保险的信息还可以在以下网页查询：https://agepoly.ch/service/assurances/gestunion/。许多硕士新生都办理了 Advisor Swiss Insurance SA 公司的保险。

办保险需要带的材料基本与办银行卡相同。最好已经开设了银行账户，并告知保险公司你的银行账号，方便今后保险公司把医药费返回给你。当然，这不是必须的。

(2) 房屋保险

房屋保险主要房屋责任险（Civil responsibility insurance）和火险（Fire insurance）。前者是赔偿你对房子或者邻居房子造成的损失。后者是火灾保险，在你到达后一段时间，会收到沃州保险机构（ECA）的信，里面有张表格让你填写自己的财产价值，以备火灾或自然灾害后赔偿。如果居住在学生公寓或当地人家中，房东一般已经购买过保险，只需与房东核实即可。

(3) 保险方式

保险公司会按约定每月、每季度或每年邮寄账单，你只需按时付款即可。

在医院看病，一般只需要出示你的保险卡，账单会直接邮寄给你或保险公司；如果看病的账单邮寄给你，需要你再寄到保险公司。若需要自己先行垫款，则应当保留好账单，然后找保险公司报销。

注意，这边的保险每年都有免赔额（Franchise），意思是自己必付的额度，它取决于你的保险费，保险费越高、免赔额就越低。例如，某医疗保险的免赔额是 100 法郎，意味着当年的医疗费用如果不超过 100 法郎则全部自费，如果超过 100 法郎则只需自费 100 法郎，超出部分由保险公司支付。一般情况下，免赔额每年清零。

6. 使馆教育处注册

中国驻瑞士大使馆教育处请所有在瑞高等院校、科研机构学习、进修、学术访问和攻读学位的中国留学人员，都在教育处办理报到注册手续，以便今后办理《留学回国人员证明》，以及提供可能的协助。报到注册的方式请参阅教育处网站：http://www.cnedu-ch.org/。

7. 洛桑学联

位于世界各地的中国学生学者联谊会一般是受中国驻各国大使馆（总领馆）教育处（组）指导的非盈利组织。

洛桑中国学生学者联谊会，简称洛桑学联，英文简称 CSSA Lausanne，旨在为所有在洛桑的中国学生学者提供各方面服务、组织各种联谊活动、增进友谊、促进国际文化交流、丰富业余文化生活，使中国学生学者愉快地渡过在洛桑的生活。目前登记在册的学生学者近 300 人。洛桑学联平均每个月都会组织一至两次活动。常规的活动包括：迎新，中秋、国庆、春节联欢，春季、秋季的远足出游，参与饮食文化节 Vivapoly，湖边烧烤，体育比赛，文化讲座，参观探访等等。洛桑学联是全瑞范围内规模最大、组织活动最丰富的学联之一。

刚来洛桑的新生可以参加洛桑学联在 9 月举行的迎新活动。迎新会上将有老生来介绍在洛桑的学习、生活经验，同时还是一个认识新朋友和解答疑问的好机会，欢迎大家踊跃参加。

如果想收到洛桑学联的各类信息，可以在 http://cssa.epfl.ch/index.php/contact.html 上加入相应的谷歌群。CSSA Lausanne 群是洛桑学联的活动信息或官方公告，由管理员统一发布，群成员一般不能自行发布信息。CSSA Lausanne-Info 群可由成员自行发布诸如租房、二手商品等信息。学联还设有 QQ 群、微信群，加入的方式详见学联网站介绍，或请已在群内的同学邀请加入。

三、 生活篇

1. 住房

俗话说：蜀道之难，难于上青天。而洛桑找房，难于蜀道。究其原因，无外乎是狼多肉少且挣得又少。但是，这不能停止我们找房的脚步，不能阻挡我们追求高质量温馨小屋的美好愿望！我们把常用的租房信息网站总结如下：

(1) 学生公寓

- Fondation Maisons pour Etudiants Lausanne（FMEL）：https://www.fmel.ch/en

- Les Estudiantines：http://www.les-estudiantines.ch/（至少租半年）
- Planète bleue：http://www.unil.ch/planetebleue（需要有一定的法语基础）
- Stud's Home：http://www.regiefonciere.ch/tabid/1953/Default.aspx

其它学生公寓可参见：
http://www.unil.ch/sasc/home/menuinst/logement/trouver-un-logement/maisons-pour-etudiants-foyer.html。

提示：上述学生公寓需求量很高，一般需要排队，请希望住这些公寓的同学尽早在他们的网站上注册，并按照他们的要求定期更新自己的帐户，争取早日排到房子。

(2) 学校提供的平台

- EPFL、UNIL：http://www.unil-epfl-logement.ch

这是由学校维护的租房平台，需要用 EPFL 或 UNIL 的学生账号登陆后才能查看房屋列表。在这个平台上找房子，打电话的效果要远好于发邮件。

- EHL：http://www.ehl.edu/en/campus/accommodation-services

(3) 房屋中介

如果希望直接从房屋中介租到房子，一般需要提供收入证明，或有收入的当地人的担保。因此，绝大多数本科新生、硕士新生无法使用此途径。除了收入证明和必要的证件以外，一般还需要所在地区债务办公室（Offices des poursuites）出具的无欠债证明。

UNIL 总结了洛桑的主要房屋中介：
http://www.unil.ch/sasc/fr/home/menuinst/logement/trouver-un-logement/liste-des-gerances.html。其中，比较大的中介有 Foncia、Bernard Nicod、Régimo 等等。不过，多数中介公司的工作人员只说法语。

或者，也可以在一些瑞士的房屋搜索引擎上搜索，如 http://www.homegate.ch/ 以及 http://www.newhome.ch/等，找到合适的房屋后再联系其所属的房屋中介。

(4) 华人论坛

瑞士华人留学论坛上，会有一些出租房屋信息，例如：

- 瑞士蚂蚁：http://www.swissant.com/forum/forum.php
- 瑞士华人论坛：http://forum.swissinfo.ch/

(5) 短租房

有很多同学一直找不到长期的房子，此时可以通过短租房先落脚，再继续找：
http://www.unil.ch/sasc/en/home/menuinst/logement/trouver-un-logement/logements-courte-duree.html

(6) 政府房

CIPEF（Coopérative immobilière du personnel fédéral）是一个专门为政府雇员（EPFL 博士生属于政府雇员）分房子的中介，他们有一个求租房屋人员列表，缴纳一定费用可以加入这个列表中，但是可能要等几周甚至几个月才能等到满足要求的房子。

(7) 社交平台

在脸书上有一个名为“LAUSANNE à louer - bouche à oreille”的平台：https://www.facebook.com/groups/330486193693264/，专门发布洛桑租房信息。

(8) 一些建议

- 请大家注意租房骗局。有的同学直接在谷歌里搜索 Lausanne housing，点击一些广告，上面有写他不在洛桑、让你先打钱给他等等，这些都是骗局，千万不要相信。除非是学生公寓，在各种网站、论坛、平台上找到的房源请尽量亲自或委托同学前往实地看房。
- 合同很重要。一般向中介租房都有正规的合同。如果直接向房东租房，或者租二房东的房，合同一定要做好。合同的范本可在网上找，如 http://logement.epfl.ch/page-64881-en.html 右侧的“Example”。这样，你的权利和利益都有保障。
- 很多中介只说法语，而且不愿意搭理说英语的人，如瑞士最大的房屋中介 Bernard Nicod，态度很差。请大家多学学这方面的交际法语，或者请会说法语的朋友陪同申请。
- 去中介申请交了以后，如果你成功了，一般一周内会听到消息。如果没有答复，就不要期待了，马上着手下一个并等着中介把材料给你退回来。如果你想多申请的话，就需要准备很多份材料，中介退材料往往很慢很慢。
- 有的中介的申请表上会写明，如果他们同意你的申请，而你又不想要他们的房子，是需要交违约金的。你要看清楚并作出合理选择。
- 我们总结出来的经验就是一条：常关注、广撒网。找房是一项长期艰巨但又富有技巧性和艺术性的工作，一旦找到理想的住处，你会发现一切努力都值得。
- 对于暂时无法在现场看房的同学，找房的难度会成倍增加，但也不是不可能，这种情况下 http://www.unil-epfl-logement.ch 是比较靠谱的，耐心筛选，并且尽可能打电话真诚地说明自己的情况，并询问是否可以通过 Skype 视频的方式进行会面。因为房东要求租客看房，多是要看看这个租客人怎么样，有些房东会觉得视频也是可以接受的。

2. 购物

洛桑主要商业区主要集中在市中心，乘坐地铁 2 号线到 Lausanne-Flon 站或者 Riponne-M. Béjart 站即可，大型的商场、超市、购物街等都在附近。周边各市镇也有自己的商业区，如 Renens 商业区坐落于 Renens 火车站北部，Ecublens 和 Chavannes 地区的商业中心（Centre commercial Ecublens）在地跌 1 号线 Crochy 站西部。

特别需要提醒的是商店的营业时间，一般周一至周五到 19:00，周六到 18:00，周日和法定节假日都是关门不营业的。这点和国内商店不一样，因此需要在商店不营业时提早储备好需要的食品和生活用品。

洛桑火车站的超市和商店会营业到比较晚，大约 22:00 左右，周日也是营业的。另外 Ouchy 的 Migros 和 Coop 在周日和一些节假日也会营业，晚上的关门时间也晚于一般的超市，如果需要应急，可以前往这些超市购买所需商品。

去超市请自备购物袋，大的塑料袋、纸袋需要购买，并可以重复利用。除此之外，虽然超市的购物车是免费的，但是需要使用 1 法郎或 2 法郎的硬币才能推出来租用，还车的时候再退还硬币。

(1) 超市

- 遍布各地的 Coop 和 Migros 是最主要的两家超市，它们之间差别不大。大体而言，Migros 的价格比 Coop 略低，而 Coop 的品质略高于 Migros。Denner 一般开在 Migros 旁边，是价格比 Migros 略低的超市。
- 洛桑市中心的 Manor 和 Globus 都是百货商场，它们的底层都设有食品超市，其格调和价格都明显高于 Coop 和 Migros。特别是 Globus 的底层，被有些人戏称为食品博物馆，因为它的摆放过于精致。
- Aldi 和 Lidl 是两家廉价超市。
- Aligros 是一家批发兼零售的食品超市。
- Renens 火车站的 Fleurs d'Asie 是一家亚洲超市。
- 洛桑市中心的 Uchitomi 是一家日本超市。

(2) 日用品店

- Globus、Manor、Coop city：百货商场。格调最高的是 Globus，其次是 Manor，主要卖国际大牌、奢侈品等等。
- Pharmacie、Sun Store：卖药品和化妆品。
- Fnac、Interdiscount、Fust、Melectronics：卖电器类产品。

(3) 家居

- 宜家（IKEA）：洛桑没有宜家，最近的店需要乘坐火车去 Allaman，下车即可看到。从洛桑到 Allaman，大约 15 分钟。买大件物品，如沙发、床、大衣柜，如果不是自己租车去，可以请宜家送货，费用是 99 法郎起。
- Conforama：位于 Bussigny，近 702 路公交车 Reculan 站。不仅有各类家具，还有电器。价格比较实惠，但格调略低于宜家。Conforama 也支持送货，在每件商品上都会标注运费。

■

此外，还有 OTTO'S、LIPO、Fly 等家居商店，详情可搜索其网站。

(4) 衣服和化妆品

衣服和化妆品因人而异，若是没有特别的要求，洛桑市中心的店足够满足基本的需求了。常见的服装连锁零售品牌 ZARA、H&M、C&A 等都很容易就能找到。但是对于喜欢购物的人来说，瑞士一定不是购物的天堂，相同的品牌和产品会比周边其他国家要贵，衣服及化妆品也是。因此在这里就不具体介绍了，建议到周边国家旅行时购买。

(5) 自行车

想买自行车的朋友，如果不是买很专业很昂贵的自行车，主要有三种渠道：

- 二手。瑞士的自行车比较贵，一般大家都在二手网站上买，如 http://www.anibis.ch/，在搜索框里输入“velo”，在给出的列表里选合适自己的。或者，很从学校张贴的广告中寻找二手车信息，联系卖车人，看车，谈价格，买车。一般价格在 100~400 法郎之间。
- 新车。一些商店、五金店会有 200~500 法郎左右的打折新车，需要大家自己关注，如 OBI：
  http://www.obi-brico.ch/fr/maerkte/swiss/003_Renens/directions/index.html 。
- 学校的打折学生车。EPFL 校园内有个修车铺，他们兼卖二手车，价格在 50~300 法郎不等，大家可以结伴去，多买便宜，而且他们也砍价。介绍及地址信息参看 http://developpement-durable.epfl.ch/page-12547-fr.html ，请注意查看他们的工作时间，去之前最好打个电话确认。

■

瑞士的自行车需要上保险（Assurance RC pour cycles）并贴保险证明，每年更新。这个保险是必须的，如果警察拦截下你，发现你的车没有这个保险，是可以罚款的。一般在卖车的地方会随带卖保险，询问工作人员即可。这个保险赔偿由于你不遵守交通规则给其他人造成的伤害。

(6) 菜市场

洛桑每周三和周六在市中心的街道上和 Rippone 广场会有菜市场，有很多新鲜的水果、蔬菜、肉类、二手商品、图书、家具等等。因为都是新鲜的，价格并不一定比超市里的便宜。但请注意下午 14:00 左右就逐渐收摊了。平时天气好的时候一些卖食品的餐车，类似我们的地摊，会营业到晚上 19:00 左右。在 Ouchy 沿湖的空地、广场上，也有类似的市场，周六和周日都有。

3. 邮局

洛桑的邮局很多，邮筒也有不少，大家寄件取件都很方便，特别是洛桑火车站旁的邮局，开放时间较长，即使是周日也有开放的时间段。

在瑞士，邮局的大部分业务与中国大同小异，但以下服务有所不同：

- **授权代收**：在中国，前往邮局代收挂号信或包裹的方式，一般是同时出示收件人和代收人的身份证件。但在瑞士，有一套完全不同的代收规则。需要在邮局柜台或在邮局网站上授权代收人，在柜台的授权费为 30 法郎。另外，拥有相同姓氏的家庭成员无需受权，可以直接代收邮件。
- **搬家转寄**：当你要搬家，为保证寄到原地址的邮件不丢失，邮局提供了转寄服务。搬家后的一年里，凡是寄到原地址的邮件都会自动转寄到新地址。服务费为 42 法郎。
- **寄存邮件**：如果你有一段时间外出度假，不希望挂号信或包裹被退回（一般只保留一个星期，若未前往邮局领取则将退回寄件人），也不希望回家后信箱溢出，可以使用寄存邮件服务。服务费为寄存前 2 周 20 法郎，之后每周 2 法郎。在此期间，你的所有邮件将会寄存在邮局，待你回家后一次性领取。

■

所有的服务都可以在邮局网站 https://www.post.ch/en 上查询到详细信息，以上三项服务的详情可以在“Receiving mail”栏目中找到。

4. 餐饮

学校的餐厅里最多的就是咖啡、奶酪、火腿、面包、三明治等，价格不菲，中国学生可能吃不习惯。也卖“份饭”：一些米饭、空心粉、面条或土豆类食品，一块肉或鱼、一些蔬菜，有的餐厅送一个水果、沙拉或酸奶，价格大约是 8~12 法郎。当然，最经济的是自带三明治或盒饭，然后在学校食堂里（一般有微波炉加热，但要排队）再买点牛奶或汤。EPFL 和 UNIL 有许多不同的餐厅，并且口味各不相同，如中东口味的 Kebab、亚式的泰餐厅、Pizza 快餐等。

许多同学身在海外，仍然很想念中餐的口味。但很遗憾的是，与其它主要欧洲城市相比，洛桑的中餐馆总体而言比较一般。下面是几家主要的中餐馆：

- **北京鸭（Au Canard Pekinois）：** 洛桑格调最高的中餐馆。洛桑的中餐馆大都不太注重装饰、环境、服务，连服务人员着统一制服的中餐馆也屈指可数；因此，北京鸭是洛桑唯一一家适合高规格宴请的中餐馆。不过，它的价格也较高，人均约 50~100 法郎。位于 Chauderon 广场。
- **徐家面（Chez Xu）：** 性价比较高。徐家面有 2 家，Rippone 广场北面的是老店（总店），洛桑火车站对面的是新店（分店）。
- **好时光（La belle saison）：** 经常与中国留学生合作。许多中国博士生的毕业答辩，以及不少学生活动的餐会，都是由好时光负责运送到学校或其它活动地点。位于 Renens 火车站附近。

■

此外，还有宁波饭店、福满酒家、帆船酒家、上海楼等中餐馆，各有特色。一般中餐馆的价格人均约 20~30 法郎。

5. 医疗

瑞士的急救电话为 144（相当于中国的 120）。在非紧急的情况下，由于救护车的费用较高，可以使用公共交通，或打电话叫出租车（参阅第四章第 2 节）前往医院。

洛桑及周边地区最大的综合性公立医院是 CHUV，位于地铁 2 号线 CHUV 站。对于刚来洛桑的新生，在还不了解各专科医院的情况，也没有指定的家庭医生时，可以先前往 CHUV 看病。前往医院之前，可以致电预约看病时间。前往医院时，请带上医疗保险卡。

瑞士的医疗保险系统比较完善，医疗服务水平也较高。我们建议各位同学，在生病时不要拖延，尽量及时前往医院看病。洛桑及周边地区的部分医院及联系方式如下：

- CHUV（Centre Hospitalier Universitaire Vaudois）
  地址：Rue du Bugnon 46, 1011 Lausanne
  电话：021 314 11 11
- La Source
  地址：Avenue Vinet 30, 1004 Lausanne
  电话：021 641 33 33
- Permanence PMU-Flon
  地址：Bâtiment Les Mercier A, Voie du Chariot 4, 1003 Lausanne
  电话：021 314 90 90
- Hôpital de l'enfance（儿科）
  地址：Chemin de Montétan 16, 1000 Lausanne
  电话：021 314 84 84
- Hôpital de Morges

地址：Ch. du Crêt 2, 1110 Morges

电话：021 804 22 11

- Fondation Asile des aveugles（眼科）

  地址：Avenue de France 15, 1000 Lausanne

  电话：021 626 81 11

- Adent Cliniques Dentaires（牙科）

  地址：Centre Commercial CC2, Chemin du Croset 7, 1024 Ecublens

  电话：021 694 20 00

- Vidy Med

  地址：Route de Chavannes 11, 1007 Lausanne

  电话：021 622 88 88

- Centre Medico-Chirurgical du Censuy

  地址：Avenue de Censuy 14, 1020 Renens

  电话：021 635 88 45

四、 出行篇

1. 洛桑及沃州公共交通

在洛桑，每张公共交通票记载的都是有效区域（Zone）和有效时间，而不是起点站和终点站。只要你在规定的区域和时间内，一张票就能闯天下，使用任何公共交通工具。

例如，在公共交通自助售票机上，输入起点站洛桑火车站、终点站 EPFL 时，系统会自动生成一张 11、12 区 2 小时有效的车票。凭此票还可以在洛桑火车站出发，乘坐开往日内瓦方向的火车，并在 Renens 火车站下车。

(1) 购票方式

公共交通票可以在公交站点旁的自助售票机上购买，也可以通过 SBB 的手机 App（本章第 3 节将介绍）购买，还可以发送手机短信购买（本节第(2)条将介绍）。郊区的公交站点旁如果没有自助售票机，则可以向司机购买。注意，大部分的自助售票机需要投硬币，需要提前做好准备。火车站和地铁 2 号线的售票机上一般可以刷卡。

洛桑及周边地区公共交通的月票、年卡，可以在 EPFL 校内的 SBB 柜台（Information 大厅内）、火车站的人工售票柜台、TL 营业厅（地铁 1 号线 Lausanne-Flon 站正对面）购买。11、12 区（涵盖洛桑市区、EPFL、UNIL 等）青年（25 岁以下）二等座价格：月票 51 法郎、年卡 459 法郎。11、12、18 区（还

涵盖了 EHL）青年二等座价格：月票 73 法郎、年卡 657 法郎，普通一等座价格：月票 182 法郎、年卡 1820 法郎（不设青年一等座）。

在 TL 营业厅，还可以购买公共交通预付费卡，免去了每次使用自助售票机时准备硬币的麻烦。

(2) 信息查询

洛桑及周边地区公共交通系统的网站是 http://www.t-l.ch/，你可以在该网站查询：

- 某一线路、某一站点的下一班车还有几分钟到达（即时）：Se déplacer > Horaires > Horaires en ligne（或直接点击屏幕右侧快捷框中的 Horaires）> 选择线路 > 选择方向 > 选择站点。
- 某一站点的时刻表，即张贴在站点上的时刻表：Se déplacer > Horaires > Horaires imprimés > 选择线路 > 选择站点。
- 洛桑及周边地区公共交通网络地图，即张贴在站点上的公共交通网络地图：Se déplacer > Information voyageurs > Plans du réseau > Plan de réseau schématique
- 沃州公共交通区域划分图及计费方式：Se déplacer > Système de zones，其中，
  - Plan de zones tarifaires Lausanne et agglomération 是 11、12 区的详图，便于查询每条公交线路在 11、12 区的边界是哪个站。
  - Plan des zones tarifaires 是沃州的公共交通所有区域的地图，标出了每个区域内的主要站点。
  - Grille tarifaire Mobilis 是以区域个数为计费单位的沃州公共交通费用表。
- 手机短信购票方式：Nos solutions > Facilité d'achat > Billet par SMS，例如，购买 11、12 区的半价票的方式是发送 GLR 到 456，价格为 2.40 法郎。

■

另外，如需查询两点间的乘车方式，http://www.t-l.ch/只包含公交车和地铁的信息，而在 http://www.sbb.ch/en/上搜索，则包含了火车、轮船、公交车、地铁等各种公共交通方式的组合，因此后者更为常用。

2. 洛桑出租车

在洛桑，在街头随手扬招出租车的难度很大。除了火车站等人流量非常大的位置，一般需要通过电话叫车。洛桑最大的出租车公司是 Taxi Services，其叫车电话是 0844 814 814，也可通过谷歌搜索“Lausanne”和“Taxi”等关键字找到。在市区，一般叫车后 5 分钟出租车就能前来。

洛桑的出租车费用为：起步费 6.2 法郎，每公里 3 或 3.8 法郎，每小时等候 54 法郎，每件行李约 1 法郎。从洛桑火车站到 EHL 大约需要 45 法郎，到 EPFL 大约需要 30 法郎。

另外，也可以使用优步（Uber）作为出租车的替代品。但由于优步的车辆系私人运营，且 2015 年才登陆洛桑，其可靠性还有待检验。

3. 瑞士联邦铁路

瑞士联邦铁路（SBB CFF FFS，以下简称 SBB）是瑞士相当于中国铁路总公司的企业，其网站是 http://www.sbb.ch/en/，另外手机上也可以下载 SBB 的 App。在 SBB 的网站或手机 App 中，输入出发点和到达点，即可查知火车时刻和价格。如果你输入详细的出发和到达地址，它还会给你提供公交信息，以及最佳的换乘衔接组合。除了苏黎世、日内瓦、卢加诺两两之间的定期航班外，瑞士境内几乎所有的客运交通工具都被 SBB 的查询系统涵盖，尽管并非全都由 SBB 运营。

(1) 购买火车票

购买瑞士境内的火车票可以通过以下方式：

- 火车站的人工售票柜台：注意，较小的火车站不设人工售票。
- 火车站的自助售票机：可刷卡，可投币，还接受纸币（部分面值）。
- SBB 的网站：需要使用信用卡支付，且将票打印在 A4 纸上。
- SBB 的手机 App：需要使用信用卡支付，无需打印，直接凭手机二维码乘车。

■

注意，如需购买国际火车票（如洛桑至巴黎），只能通过人工售票柜台或 SBB 的网站，无法在自助售票机或 SBB 的手机 App 上购买。

在 SBB 的网站或者手机 App 上，还可以购买超级优惠票（Supersaver tickets），这种票只限于乘坐指定的班次。在 SBB 的网站上，选择需要购买的票的起点站、终点站，继续输入乘客信息并点击下一步后，会自动出现带有百分号的选项卡，提示你购买超级优惠票。在手机 App 上，点击 Tickets 栏目下的 Supersaver ticket，即可选择购买超级优惠票。

(2) SBB 的优惠卡

- **半价卡**：乘坐瑞士所有的公共交通，含城市公共交通、火车、轮船等，享受半价优惠，年卡价格 175 法郎。绝大多数同学都购买该卡。事实上，我们也可以理解为：瑞士对短期来访游客、本地自驾车的居民，偶然乘坐公共交通收双倍票价。请博士生和其他有收入者注意：学校或者你的单位，很有可能帮你支付了半价卡费用，作为对员工的福利，请在询问是否有这项福利后再购买。
- **七点卡**：在晚上 7 点至次日凌晨 5 点，可凭此卡乘坐火车二等座，和极个别城市的公共交通，限于 25 岁以下的半价卡持有者购买，年卡价格 129 法郎。这里的“极个别城市”包括 Yverdon-les-Bains、Sion 等，不包括洛桑。部分

同学购买该卡、部分同学没有购买。如果不确定的话，可以在来瑞士一个月后，根据自己的出行频率决定是否购买。

- **GA 卡：**可凭此卡乘坐瑞士所有的公共交通，含城市公共交通、火车、轮船等。青年（16 至 25 岁的乘客，或 25 至 30 岁的学生乘客）年卡二等座 2600 法郎、一等座 4430 法郎，普通年卡二等座 3655 法郎、一等座 5970 法郎。

  另有 GA 伴侣优惠，居住在同一屋檐下的伴侣购买第二张 GA 二等座年卡，无论年龄，均为 2560 法郎。GA 卡也可以按月为单位购买，价格比年卡的 1/12 略高，且至少需要购买 4 个月。

- **天票：**相当于有效期一天的 GA 卡，可凭此票在选定的日期乘坐瑞士所有的公共交通。二等座天票 73 法郎。在周一至周五（节假日除外）9 点后有效的二等座天票 58 法郎。

  另有社区天票，即每个社区（Commune）每天都有一定数量的二等座天票，价格比直接在 SBB 购买低，每个社区不尽相同，大概是 40~49 法郎。有时，邮局、Coop、Migros 等企业会推出双人天票，即两人同行时，只需要购买一张天票，往往二等座的价格在 60~70 法郎左右。

■

半价卡、七点卡、GA 卡，可以在 EPFL 校内的 SBB 柜台、火车站的人工售票柜台购买。首次购买时，需要提供护照格式照片和居住地址，卡办完后将邮寄到你的住址。普通天票的购买方式与火车票相同。社区天票在每个社区指定的地点购买，可以谷歌搜索“Carte journalière CFF”加上你所在的社区名。

4. 从瑞士出发旅行

瑞士位于欧洲中部，与法国、德国、意大利、列支敦士登和奥地利接壤，地理位置对于出行而言非常好。由于现在网上各种旅游攻略都相当详尽，在这里也不可能全面的介绍所有国家的旅游攻略，因此文章当中不会对国家、城市、景点等细节做介绍。主要是列出一些从瑞士出发的实用信息和注意事项，供大家参考。

(1) 出行必备物品和注意事项

- **护照和居留卡：**若在瑞士境内旅行，只需携带居留卡。即使签证过期，且申请的居留卡还未收到，也可以在境内旅行。

  在收到居留卡之前离开瑞士，只需携带护照。如果签证已经过期，必须申请返签，详情请参阅第二章第 2 节第(4)条。

  在收到居留卡之后离开瑞士，需要携带护照和居留卡，不能只携带居留卡。因为瑞士居留卡仅在瑞士可作为身份证件，在其它申根国家只相当于签证，不能单独作为身份证件，护照才是正式的身份证件。同时，购物退税也需要护照。

- **转换插头**：大多数欧洲国家都是欧标插头，英国是英标，瑞士是瑞标，因此出行一定要带上转换插头。建议在国内买一个万能的全球通用的转换插头。
- **洗漱用品、拖鞋和毛巾**：专门提醒这个，是因为很多酒店、公寓、青旅、B&B都不提供洗漱用品和拖鞋，在订酒店时一定要看清楚并注意，最好还是自己准备好以防万一。
- **手机话费及流量**：并不是所有国家所有的咖啡厅、餐馆甚至酒店都是有免费 Wi-Fi 的，而如果出行，需要用到手机流量的可能性还是很大，比如查地图、查火车等等。

  瑞士的移动运营商的漫游资费很贵，且一般的套餐都不包括境外流量。以 Lebara 为例，120MB 的境外流量要 14.9 法郎，并且只能用 10 天。因此，我们建议，如果在短时间内游玩多个国家，可以考虑开通流量漫游套餐，常去的欧洲国家都能覆盖。如果单独去一个国家旅游并且时间较长，可以购买该国家的预付费 SIM 卡，一般 5~10 欧元就能满足一个月的话费及流量需求了。
- **常用手机 App 及网站**：关于旅游的 App 很多，大家可以选择自己喜欢的，这里简单推荐几个，基本上这些就能满足旅行的所有需求了。
  - 旅行攻略：穷游、猫途鹰（Trip Advisor）
  - 订酒店：缤客（http://www.booking.com/）
  - 机票：Ebookers（http://www.ebookers.ch/）、Skyscanner（http://www.skyscanner.ch/）、易捷航空（EasyJet），使用易捷航空时要特别注意它的行李限制，非常严格，不遵守就会被罚款。
  - 火车：瑞士联邦铁路（SBB），主要瑞士境内使用，也可以订国际火车票。
  - 搜索便宜的出行方式，火车、大巴等：http://www.goeuro.com/
  - 拼车：https://www.blablacar.com/

  ■

  最不可或缺的还是谷歌地图。谷歌地图查询路线是最准确的，并且能准确提供公共交通的信息，包括购票网站、票价等。谷歌地图的“探索周边”功能，能给你找到附近的餐厅、酒吧、酒店、戏院、超市、加油站、ATM 等等，一应俱全。

  除了这些还有租车、大巴、船等出行方式，用谷歌搜索关键词就能轻松找到。
- **银行卡和现金**：瑞士的银行卡境外消费一般是需要收取手续费的，如果旅行时需要刷卡，建议在国内办一张全币卡带来，避免支付过多的手续费。如今，各国较大城市和旅游经典城市的 ATM 机都可以使用银联卡，可以直接提取现金，刷卡时也可以以人民币支付。但需要注意的是，很多地方（特别是瑞

士境内）都只能使用芯片卡，特别是自助售票机，如果要使用国内的卡，在办卡时要特别注意这一点。

到欧元区旅行时，可以在瑞士境内的 ATM 机提取欧元，若使用的银行卡不需要支付手续费，也可以到当地再提取现金。

如果要去英国，银行的现金柜台就可以直接兑换英镑，一般数额不大不需要预约。

- **人身与财产安全**：这里要特别提醒的是，出行时要特别特别特别注意人身与财产安全。欧洲并没有大家想象的那么安全，治安也分国家城市而异，明抢暗偷都是常见的事。提醒大家出行时千万要保管好身份证件，以及手机、钱包、相机等贵重物品，不要带过多的现金，晚上尽早回到酒店。

(2) 申根国家旅行

- **申根区与欧盟**：瑞士属于申根区，持瑞士签证或居留卡可以自由在申根国家出境入境。另外，下列国家因为与申根邻国没有实际上的边境检查，也可以凭申根签证任意进入：安道尔、梵蒂冈、圣马力诺、摩纳哥。

  瑞士虽然是欧洲国家，但不属于欧盟，也不属于欧洲经济区，这就意味着在旅行时有些优惠是不能享受的。比如巴黎的博物馆（包括卢浮宫）都规定，在欧盟国家长期居住的 26 周岁以下的青年可以免费参观，这些优惠我们作为瑞士学生便无法享受。

  因此，建议大家在出行时对欧洲（Europe）、欧盟国（European Union / EU）、欧洲经济区（European Economic Area）等这些术语多留心，看清是否可以享受优惠，需要买哪种类型的票等等。

  尽管可能因此失去享受一些优惠的机会，但是作为非欧盟国最大的优惠，是去其他欧盟国购物回瑞士可以退税。下面就对退税进行详细的介绍。

- **退税**：退税需要达到一定的金额，每个国家规定不同，退税的税额也不同。由于瑞士消费比较高，不是购物的天堂，大家可以在出去旅行时尽可能多的购买，回到瑞士还能享受退税。同样品牌的衣服、化妆品、鞋子、包包、手表等，折算下来大约能比瑞士便宜 30%。

  关于享受退税的规定，购物时可以咨询商家，结账时索要退税单，并需要商家盖章签名。一般商店都会自己做好，但遇到忙的时候可能会忘记，退税单填写不完整是无法退税的，因此还是要注意。拿到退税单之后，在去机场之前把自己的个人信息填写好。退税最重要的步骤，就是在离开最后一个欧盟国时要在海关盖章。

(3) 英国

欧洲的非申根国家中，英国是最热门的旅游国家。持有中国护照和瑞士居留卡不能直接前往英国，需要办理签证。

- **签证申请**：登陆英国签证申请官网 https://www.gov.uk/apply-uk-visa。在这里可以查到你是否需要办理签证、办理不同类型签证需要的时间及金额、申请地点、需要准备的材料等等。

  开始申请时需要注册一个账号，然后根据网页上的要求填写需要申请的签证类型和个人信息，并预约面签时间就可以了。网页上的说明比较详细，在这里就不一一介绍了。
- **面签**：说是面签，实际上主要是去提交材料和采集生物样本。对于短期的旅行签证，甚至访问学生签证，都不会进行特别严格的面试。

  在瑞士的签证点有两个，分别在日内瓦和苏黎世。这里需要特别说明的是，日内外的签证点属于代办机构的性质，会收取额外的费用，这点在官网上选择签证地点时也会有提醒。根据经验，日内瓦的签证费会比苏黎世高出大约 100 法郎，但是从洛桑到苏黎世的来回车费会比到日内瓦的来回车费贵出大约 50 法郎（有半价卡），路途时间也会更长。在没有半价卡的情况下，花费差不多，但是如果使用天票乘车，去苏黎世会划算一些。这个就看大家自己的考虑了。

  面签时会大致问去英国做什么，什么时候回来，在瑞士是做什么的这样一些简单的问题。面试语言是英语，也相当于简单的测试英语水平。
- **出签**：短期签证（如旅游签）出签非常快，大约一周的时间就能拿到。在网上可以追踪签证的进程，出签后会用 DHL 寄回护照，要注意查收。
- **出境及入境**：一定要同时带上护照和居留卡。因为签证在护照上，但是如果只带护照而瑞士的签证又已经过期的话，没有居留卡就不能证明自己在瑞士的合法居留状态了。

  出入境时选择“非欧盟国公民”的通道，向海关同时出示英国签证及瑞士居留卡。
- **退税**：英国也是欧盟国，因而与第(2)条中的退税步骤相同。

(4) 其它国家或地区

一些非申根国家也部分承认申根签证，因此持有申根签证也可以在一定条件下免签前往以下国家旅行。具体规则请参阅各国使领馆网站，以下仅供参考：

- 阿尔巴尼亚：90 天；必须持有至少能一次或多次入境申根区的 C 类签证或 D 类签证。
- 安提瓜和巴布达：30 天。
- 保加利亚：90 天；必须持有双重或多重入境 C 类签证有效期的逗留期。
- 波斯尼亚和黑塞哥维那：7 天；必须持有多次入境签证。
- 哥伦比亚：90 天。
- 哥斯达黎加：30 天或更少，如果签证即将到期；必须持有多次入境签证。
- 克罗地亚：90 天；必须持有双重或多重入境 C 类签证有效期的逗留期。

- 塞浦路斯：90 天；必须持有双重或多重入境 C 类签证有效期的逗留期。
- 牙买加：30 天；并不适用于所有国籍。
- 马其顿：24 天；必须持有 C 类签证有效期超过停留期至少 5 天，并且必须是有效的再入任何申根区成员国。
- 黑山：30 天。
- 菲律宾：7 天；仅中国和印度的公民。
- 罗马尼亚：90 天；必须持有双重或多重入境 C 类签证有效期的逗留期。
- 塞尔维亚：90 天。
- 土耳其：如果持有有效申根签证，一些国家公民可获得电子签证。

附件一：日内瓦机场图鉴

本图鉴的编辑初衷，是减少首次来瑞士的新生的顾虑，给他们前往洛桑提供便利。日内瓦机场是瑞士的三大机场中，离洛桑最近的一个。从北京到日内瓦有直飞航线。我们将以照片的形式逐一展示在日内瓦机场下飞机后出关、去火车站、购票、查找站台、上车，并最终抵达洛桑火车站的详细步骤。

（由于照片较大，故全文另附）